

Menu 12.10. - 18.10.

Maanantai

Broileri mac and cheese	L	(FI)
Chili con carnea ja riisiä	G, M	
Juures-papupyytipannua ja paistettua kananmunaa (sis.soija,omena)	G, M	
Pinaattikeittoa ja kananmunia (sis.muskottipähkinä)	G, L	
Persikka-ananassmoothie tai hedelmä	G, L	
MyCafe E6 Uuniperuna kinkkutäytteellä	G, L	
Salaattibaari: Sweet-chili broileri, Feta tai Jalotofu		
..		

Tiistai

Ylikypsää porsaan kylkeä, tummaa appelsiinikastiketta ja timjamiperunaa	M	
Pestokuorrutettu sei	G, M	
Halloumi-punajuuripihvejä, jogurttikastiketta ja basmatiriisiä	G	
Tomaatti-vuohenjuustokeittoa	G	
Boysenmarjakiisseliä	G, M	
Lounaan hedelmä	G, M	
MyCafe E6 Porsas nuudeli wok	M	
Salaattibaari: Sweet-chili broileri, Feta tai Jalotofu		

Keskiviikko

Yrttimarinoitua broileria, sitruunamajoneesia ja kurkumariisiä	G	
Uunissa paahdettua lohifilettä, sitruunasmetanaa ja tilli-voi perunaa	G, M	
Härkis bolognesea ja spaghetia	M	
Mustajuurisekeittoa	G, L	
Lounaan hedelmä	G, M	
Mustikkarahkaa	G, L	
MyCafe E6 Vietnamilainen härkä-nuudeli	M	

Torstai

Pytipannua ja paistettuja kananmunia	G, M	
Paneroitua kampelaa, kermaviilikastiketta ja perunaa		
Lämmintä kasvissalaattia ja gratinoitua vuohenjuustoa	G	
Bataattisekeittoa	G, L	
Lounaan hedelmä	G, M	
Limellä maustettua valkosuklaapannacottaa		
MyCafe E6 Sitruuna-lohipasta	L	

Perjantai

Raikasta appelsiinibroileria ja riisiä	G	
Valkosipuli paahdettuja lihapullia, sitruunamajoneesia ja lohkopurunoita	G	
Pähkinäistä pestopastaa	M	
Ranskalaista sipulikeittoa	G, M	
Lounaan hedelmä	G, M	

Muutokset ruokalistailla ja tuoteselosteissa mahdollisia. Henkilökunta auttaa mielellään ruoka-aineallergioihin liittyvissä asioissa.
Changes in menus and list of ingredients are possible. Our staff is always ready to help you if you have any questions concerning allergies.

G Gluteeniton | Gluten free **L** Laktoositon | Lactose-free **M** Maidoton | Milk-free **VL** Vähälaktoosinen | Low-lactose



Toscapiirakkaa
MyCafe E6 pizza margherita

L

Muutokset ruokalistoilla ja tuoteselosteissa mahdollisia. Henkilökunta auttaa mielellään ruoka-aineallergioihin liittyvissä asioissa.
Changes in menus and list of ingredients are possible. Our staff is always ready to help you if you have any questions concerning allergies.

G Gluteeniton | Gluten free **L** Laktoositon | Lactose-free **M** Maidoton | Milk-free **VL** Vähälaktoosinen | Low-lactose


≤ 0,5 kg CO2 e


Parempi valinta
Healthy choice


Vegaaninen
Vegan


Opiskelija-ruokailusuos.
Recommended student meal


Sisältää porsaanlihaa
Including pork


FI


EU



Lihan alkuperämaa Suomi / EU / muu
The country of meat origin: Finnish / EU / non-EU